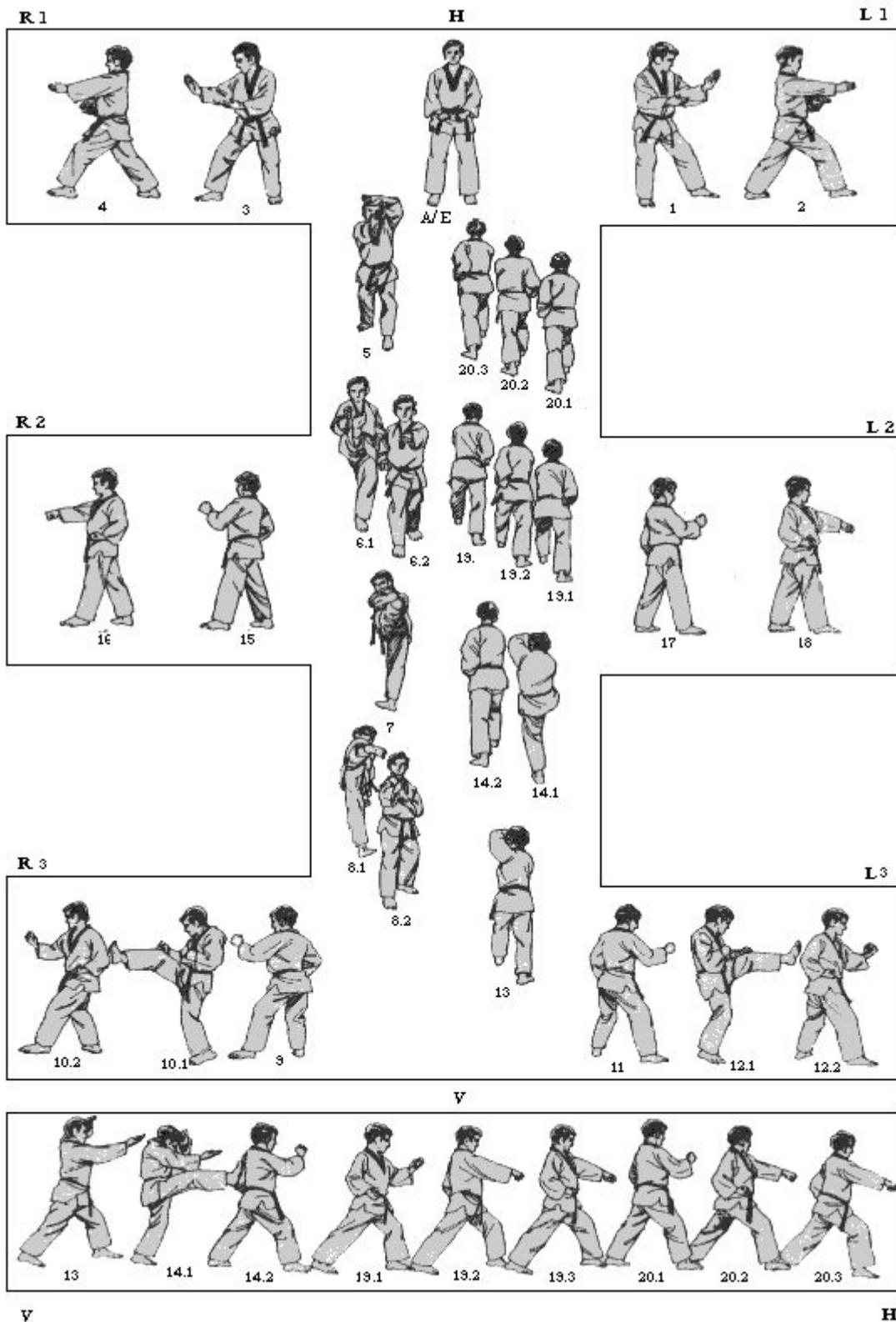


# Taeguk sa Jang

## (Donner: Kraft und Macht)



„Charyot“                      **Charyot-sogi**

„Junbi“                      (A)    **Junbi Sogi**

„Sijak“

1. - Blick nach links  
- auf dem rechten Fuß 90° Linksdrehung nach **L1**, - linken Fuß vor in **Dwit Gubi**  
- gleichzeitig **Sonnal Makki** links
  
2. - rechten Fuß vor in **Ap Gubi**  
- gleichzeitig mit dem rechten Arm **Nullu Maki Sonkut Chirugi**
  
3. - Blick nach rechts  
- auf dem linken Fuß 180° Rechtsdrehung nach **R1**, - rechter Fuß vor in **Dwit Gubi**  
- gleichzeitig **Sonnal Makki** rechts
  
4. - linker Fuß vor in **Ap Gubi**  
- gleichzeitig mit dem linken Arm **Nullu Maki Sonkut Chirugi**
  
5. - Blick nach links  
- auf dem rechten Fuß 90° Linksdrehung nach **V**, - linken Fuß vor in **Ap Gubi**  
- gleichzeitig **Baro Jebipum Sonnal Mok Chigi**
  
6. - **Ap Chagi** rechts  
- rechten Fuß vor in **Ap Sogi**  
- gleichzeitig **Baro Momtong Jumok Jirugi** links
  
7. - **Yop Chagi** links (momtong)  
- linken Fuß vor in **Ap Sogi**
  
8. - **Yop Chagi** rechts (momtong)  
- rechten Fuß vor in **Dwit Gubi**  
- gleichzeitig **Sonnal Makki** rechts
  
9. - Blick nach rechts  
- auf dem rechten Fuß 270° Linksdrehung nach **R3**, - linken Fuß vor in **Dwit Gubi**  
- gleichzeitig **Momtong Bakkat Makki** links
  
10. - **Ap Chagi** rechts

- rechten Fuß *nach hinten* in **Dwit Gubi**
- gleichzeitig **Baro Momtong An Makki** rechts

11. - Blick nach rechts
- auf dem linken Fuß 180° Rechtsdrehung nach **L3**, - rechter Fuß umsetzen in **Dwit Gubi**
  - gleichzeitig **Momtong Bakkat Makki** rechts

12. - **Ap Chagi** links
- linken Fuß *nach hinten in* **Dwit Gubi**
  - gleichzeitig **Baro Momtong An Makki** links

13. - Blick nach links
- auf dem rechten Fuß 90° Linksdrehung nach **H**, - linker Fuß vor in **Ap-Gubi**
  - gleichzeitig **Baro Jebipum Sonnal Mok Chigi** mit dem rechten Arm

14. - **Ap Chagi** rechts
- rechten Fuß vor in **Ap Gubi**
  - gleichzeitig **Dung Jumok Ap Chigi** rechts

15. - Blick nach links
- auf dem rechten Fuß 90° Linksdrehung nach **R2**, - linker Fuß vor in **Ap Sogi**
  - gleichzeitig **Momtong An Makki** mit dem linken Arm (*dann schnell ohne vorzugehen*)  
rechter Arm **Baro Jumok Momtong Jirugi**

16. - Blick nach rechts
- auf dem linken Fuß 180° Rechtsdrehung nach **L2**, - rechter Fuß umsetzen in **Ap Sogi**
  - gleichzeitig **Momtong An Makki** rechts (*dann schnell ohne vorzugehen*) linker Arm **Baro Jumok Momtong Jirugi**

17. - Blick nach links
- auf dem rechten Fuß 90° Linksdrehung nach **H**, - linker Fuß vor in **Ap Gubi**
  - gleichzeitig **Momtong An Makki** mit dem linken Arm (*dann schnell ohne vorzugehen*)  
- rechter Arm **Baro Dubon Jumok Momtong Jirugi**

18. - rechten Fuß vor in **Ap Gubi**
- gleichzeitig **Momtong An Makki** mit dem rechten Arm (*dann schnell ohne vorzugehen*)  
linker Arm **Baro Dubon Jumok Momtong Jirugi**  
„**Kihap**“

„*Baro*“

(E) - auf dem rechten Fuß 180° Linksdrehung nach **V**, linker Fuß neben dem rechten in **Junbi Sogi**